



Blaubeer-Hüttenkäse mit Minze

Zutaten für 1 Portion

- 200 g Blaubeeren
- 200 g Hüttenkäse
- 6 Blätter frische Minze
- 1 EL Zitronensaft

Nährwert: 316 kcal

23 g Eiweiß, 9 g Fett, 37 g Kohlenhydrate,

- 1.** Beeren vorsichtig waschen und abtropfen lassen.
- 2.** Minze waschen, trocken schütteln und hacken.
- 3.** Zitronensaft unter den Hüttenkäse rühren.
- 4.** Einen guten Teil der Beeren unterheben.
- 5.** Hüttenkäse mit den übrigen Beeren und der gehackten Minze bestreuen.

Guten Appetit!

Du bist auf der Suche nach einer Schubrakete für dein Gewichtsmanagement?

Dann sieh dir die [Kurzanleitung zum Turbo-Fastentag](#) an!